

TuS Hartum e.V. - Unsere Angebote im Breitensport für Kinder & Erwachsene

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
			9.30 - 10.30 Uhr Bewegung für Senioren	
15.30 - 16.30 Uhr "Pampers Action" Eltern-Kind-Turnen bis 2 Jahre				
16.30 - 17.30 Uhr „Hüpf-Flummis“ Kinderturnen 3-6 Jahre		16.00 - 17.00 Uhr „Spiel & Spaß rund um HANDBALL“ 3 - 6 Jahre		16.00 - 17.00 Uhr "Zappelmäuse" Eltern-Kind-Turnen 1 - 3 Jahre
	17.15 - 18.15 Uhr Karate für Kinder ab 8 Jahren & Jugendliche			17.00 - 18.30 Uhr „Spiel & Spaß“ für Kinder 6 - 14 Jahre
		17.30 - 18.30 Uhr „Fit in Form“ Bodyforming für Frauen	17.45 - 19.00 Uhr Selbstverteidigung	
19.00 - 20.00 Uhr Funktionelle Gymnastik	18.15 - 19.30 Uhr Karate für Erwachsene	18.30 - 19:45 Uhr Karate „Bunkai“ & Selbstverteidigung		
20.00 - 21.00 Uhr Functional Power		20.00 - 21.00 Uhr Yoga für Einsteiger Kinder ab 12 Jahre & Erwachsene	19.30-20.45 Uhr Functional Power	19.00 - 20.00 Uhr Funktionelle Gymnastik „Alte Herren“

Alle Kurse finden (außer
in den Ferien) in der
**Turnhalle Hartum,
an der Bahn 12
32479 Hille**
statt

Detaillierte Infos zu
allen Kursen sowie die
Ansprechpartner findet
ihr auf unserer
Webseite
www.tus-hartum.de
Instagram @tushartum



Für Kinder

Für Erwachsene